想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

每天問問我是誰?

舉動行為管自己，行住坐臥不離家。

◎一九九三年一月十五日
開示戒子於臺灣板橋臺北縣立體育館

各位善知識：我們信佛的人哪，首先要循規蹈矩。本來佛教也沒有戒律可講的，可是因為我們人，多數都是不守規矩的，所以釋迦牟尼佛不得已才說出這個戒律來。這個戒律就是止惡防非的；我們每一個人要常常不做諸惡，奉行眾善，不做種種有過的事情，要守法，守佛法、奉行佛法。我們也要守國法，奉行國家這種治國的方法。

所以，我們每一個人哪，都要「舉動行為管自己，行住坐臥不離家。」管自己，就是要迴光反照，看看我這一天所行所做的事情，是不是有不合法的，有不合理的，有對人不忠實的地方？我是不是用過什麼欺騙人的手段，打過妄語？每一天都要檢討檢討自己，我們這樣子才能配做一個佛的弟子、佛的門人。

我們一定要循規蹈矩，不犯任何的錯誤，不要給旁人洗衣服，要洗洗自己的衣服，把自己的衣服要洗乾淨了它。不是每一天盡講旁人的是是非非，給旁人消罪業；我自己就講是是非非，造一些個口業，造一些個身業，造一些個意業。要是這樣子，我們也不配做一個佛教徒。

我們出家人有出家人的本份，在家人有在家人的本份。我們出家人在吃飯的時候，都要有三念。三念就是：第一念，願斷一切惡；第二念，願修一切善。第一個斷一切惡，我們不要護短，不要把我們的惡事藏起來，不教人知道。我們做一點點的善事，就恐怕人不知道，各處自我宣傳，這個都不是佛教徒的行為。第三念，願度一切眾生，同登彼岸。

每一天在吃飯的時候，要先有這三種的念，我們念念不忘這願斷一切惡，願修一切善，誓度一切眾生，同登彼岸。我們發這個願要發真了，不是像念經似地念念而已，我們必須要身體力行，要這樣去做去。

那麼三念之後，還要有五觀。這五觀是：

一、 計功多少，量彼來處

你要較量較量多少功德，才能成這一粒米。所以古人說：「施主一粒米，賽如須彌山；吃了不得道，披毛戴角還。」得道這是很長遠的時間修行，才能得道。那麼我把它改一個字，說是「施主一粒米，重如須彌山；吃了不修道」，你不要說得道，你就修道，已經夠了；可是，你若不修道，「披毛戴角還」。

古人又說：

鋤禾日當午，汗滴禾下土，
誰知盤中飧，粒粒皆辛苦。

「鋤禾日當午」，鋤這個田，鏟這個地啊，日當午，太陽正在中天，午時的時候。「汗滴禾下土」，這個農夫的血汗，流滿了這個田園裡頭，這汗滴禾下土。「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」，我們這樣一想起來，農夫那麼流血流汗，這一粒米才能有所成就。我們如果不感謝農夫的這種功德，我們可以說是都是沒有良心的人，所以我們必須要感激農人的辛苦，才能有飯吃。所以說「誰知盤中飧」哪，你知道不知道，這個盤裡頭的飲食，「粒粒皆辛苦」啊，每一粒都是從辛辛苦苦地換來的，這叫「一、計功多少，量彼來處」。

二、 忖己德行，全缺應供

第二我們要想一想，我有沒有德行？我德行是圓滿了？或者是不圓滿？這叫忖己德行。忖，就是思忖，思忖自己這個德行；也就是想一想自己有沒有功德？全缺，這個德行是全哪？是缺？是夠不夠資格來受人家的供養？這是全缺應供。

三、 防心離過，貪等為宗

第三要防備自己吃東西有一種貪心。啊！好吃的，就想吃多一點；不好吃的，就吃少一點；一點也不平均，也不平等。所以貪等為宗，就是要平等，不要貪好吃的。所以，我這個出家人，我從在家我就不敢貪好吃的東西。我所吃的東西，都是人家不願吃的，我來吃；所以人家願意吃的，我能不吃就不吃，這是我一個很愚癡的習慣，這是很愚癡的。一般人認為吃好東西就好了，對身體也有營養了，吃不好的東西，就認為沒有營養，我不是這樣子。說你是表示標異現奇，表示你怎麼樣特別。也不是這樣子，我不希望有所選擇吃東西。貪等為宗，這是我吃飯的一個宗旨。

所以我在吃三餐的時候，每一天每一頓飯，吃五碗飯。等我看見人沒有飯吃的時候，沒有衣服穿，沒有房子住，我願意節省自己這個飲食、衣服，和住的地方。所以我改成每一餐三碗飯，

這麼一天吃一餐，只吃三碗飯。到現在我連三碗也吃不了了，最多吃兩碗飯，甚至於就一碗飯；因為不知道什麼原因，這個肚子它容納不下了，所以一吃多了，就覺得不自在了，妄想紛飛了。

所以我吃一餐以後，就一天吃三碗，省下來這十二碗飯做什麼呢？不是放到我的家裡，留著慢慢吃，不是這樣子。我一天省下十二碗飯，我給這個沒有飯吃的人來迴向，希望我少吃十二碗飯，他們也能得到飽暖。這是我一個小小的思想。啊！就這麼愚癡。這是三、防心離過，貪等為宗。

四、 正事良藥，為療形枯

第四個觀，說這是一種良藥，能治人飢餓的病。人有飢餓的病，可以把它治好了。那麼既然是治病，何必又分別好吃不好吃呢？都是一樣的藥，就到應該服這個藥的時候，就服一點；不應該的時候，就不需要。所以有的時候，我常常也自己刻苦自待。正事良藥，為療形枯，如果我不吃這個藥，這個身體就乾了，就不能活了，所以也勉強吃它一點。

五、 為成道業，應受此食

第五是為了修行成道業，所以才要吃飯，令這個身體不朽壞，才吃點飲食。這是出家人三念五觀，每一個出家人都應該常常不要忘了這三念五觀。至於在家人啊！吃東西更應該自己檢點自己，不要那麼奢侈，盡找好東西吃。

所以在萬佛城，飲食也是少油無鹽的，生活都是非常平淡，那麼有的人初初到萬佛城，不習慣過這種生活，我聽報紙上講，臺灣去的人都跑回來說：「受不了！受不了！吃的飯太沒有營養了！」其實我們萬佛城的人，不過都瘦一點，也談不到沒有什麼營養。這一點哪，我還不同意一般人所說的。

方才我這個弟子，就是三步一拜拜了兩年零九個月，可是對佛教的道理還沒能真正地了解，他說佛教不是這樣子，這是錯誤的。現在的佛教都是以盲引盲，盲引癡愚，不知道一個正當的路子，所以我說佛教本來是這樣子。本來是這樣子，可是我要改正這佛教的風氣，我不要自我崇拜，那麼神化自己，我也不要看著我覺得不對的地方我不說。人盲目地崇拜，看見我到了那兒，在旁邊走，又打問訊又叩頭的，好像什麼也不顧了似的。你在那兒念佛，或者誦經，必須要畢恭畢敬，你不能東張西望，這樣一點也不恭敬這個儀式。

所以我不願意你們大家見到我，就瘋狂了，又叩頭、又打問訊、又打招呼。我在萬佛城也提倡這個，凡是我走到什麼地方，你在那兒念佛，不要和我打招呼；你在那兒做什麼儀式，也不要和我打招呼。我是要你專心致志，一心一意地在那兒做這個法會的佛事；你這麼樣給我打個問訊，又叩頭啊，這個心已經都散了，沒能專一，沒能好好在那兒一心頂禮了，你這個心就有分散了。

我再告訴你們一句真理的話，你們在做儀式的時候，不要說見到我，不可以叩頭打招呼、打問訊；你就在做儀式的時候，見到佛來了，見放光、散花、佛現身來加被你們每一個人，你也不需要拜。因為什麼呢？你在那兒做法會，要拿出萬分的誠心來，你心不旁騖，不要誰走到旁邊，你就知道了；你知道有什麼人走到你旁邊，那你已經是沒有誠心了，沒有真心在那兒做儀式，所以這是我不同意的。

我不同意現在這個佛教，盡做一些個迷信的彩色，盡誘惑人，盡教人不認識真理。我是講真理的人，我所以和一般的佛教有多少不同，我並不是標異現奇，而我是不要瞎人的眼目，不要令人迷信。這個迷信的彩色，佛教裡不應該有的。

在現在的時代，我有很多事情也不懂，所以做的事情，就和其他人所做的事情是格格不入，不一樣。那麼我若知道一點，我就和大家說一點；不知道的，我也沒有法子。好像佛教徒一舉一動、一言一行，都應該給旁人做個榜樣。遇到什麼境界，也不可以慌慌張張的，那麼亂來。所以我希望佛教徒，都應該守秩序，按步就班的，不應該遇到一個什麼奇怪的事情，就慌慌張張的。

我對臺灣的佛教，本來已經很怕了。怕什麼呢？我就怕臺灣的佛教，佛教徒瘋狂了似地這麼信仰，沒有理智，也不來研究真理。所以我每一次到臺灣來，都是要用又什麼金剛隊，又什麼護法金剛，都來手拉手在旁邊擋著，我覺得這是很沒有智慧的一種行為。因為我們佛教徒，遇到什麼事，都應該守戒律，有定力，有慧力，不應該對什麼境界一來了，就無所措手，手忙腳亂，連次序也都忘了。應該按著次序，無論什麼事，都不要那麼你擠我，我擠你，把人都擠得喘不過氣來，甚至於把人都擠倒了，發生意外，都不一定的。

我們無論做什麼事情，都要規規矩矩的，不要那麼爭先恐後。譬如，你供養要依照次序來供養，不要那麼爭先恐後，好像搶搶奪奪似的，把人家擠得不能上前，自己跑著上前先供養。這是對人也沒有禮貌，對佛也不恭敬。我看見臺灣這個佛教徒，多數是這麼樣子的，不守秩序，所以我很不敢來臺灣，也就是這樣子。

那麼各位今天既然來了，我要和你們講一點，最低限度的，我們做什麼事要守秩序；要像那個

軍隊似的，有條不紊；要像那個學生似的，也都有條不紊的，要有一定的規矩，這是我們學佛的人最低限度所應該遵守的一個條件。萬佛城是個小地方，我看見各處到萬佛城的人，一看見我走過來，這個爭著叩頭，那個爭著打問訊，那個又爭著供養，這令我對於佛教徒很失望的。

所以你們各位要好自為之，要自己愛惜自己，也要擁護佛教，不要弄得佛教令外邊的人都看不起佛教：「你看他們像一窩蜂似地這麼供養，沒有規矩。」你要供養也要按照次序來，不能爭前恐後的。那麼一般的出家人，我知道他們喜歡這一套，喜歡你對他又叩頭，又頂禮啊，好像什麼都忘了，我覺得這個對佛教是不合法的。所以我到什麼地方，我講出來的話，都是人家不願意聽的話，就常常講這很不近人情的話，令人都說我怎麼嚴峻、多規矩；其實要是真研究起來，我是什麼規矩都沒有的。

眼不見嘴不饞，耳不聽心不煩，你有吃的，教我們看著，這是不太好的。可是佛教徒應該忍飢、忍寒、忍渴、忍餓，一切一切和佛法要相應，不要貪吃好的、貪穿好的、貪住好的，貪享受，受苦是了苦，享福是消福。

報紙上說，我有霸氣，又有媚氣。你們不要被我這個迷信的彩色迷住了，不要聽人家說，我怎麼有神通啊！我老實告訴你們，我連鬼通都沒有，不要說神通。你們各位不要聽人的傳言，要有擇法眼，要真正認識。我也不會給人治病，我什麼都不會的，「堪笑我心，是如頑如鄙；人問所能，百無一會。」什麼我也不會，我就是愚癡到極點了，旁的我都不懂。我所說的話不是客氣，是真的；你們不要以為我客氣，我從來不會說客氣話，我的確是一個最愚癡、最蠢笨的人。為什麼呢？我所做的事情，旁人沒有人願意做的；我所說的話，沒有人敢說的。為什麼呢？怕傷緣、怕得罪人。我就是這麼一個剛強眾生，願說一些個剛強的話。我老實告訴你們，在東北零下三、四度，冬天都是這樣子天氣。可是我在那兒硬逞強，就是冬天、夏天都是穿三層布，冬天、夏天都是吃一餐。這要不是剛強的人，怎麼會吃這個虧？怎麼願意這麼樣子忍餓、忍飢、忍寒地這麼忍？我方才雖然把這個道理講給你們聽，你們相信，我也這麼說；不相信，我也這麼說。我希望你們都多吃虧，不佔便宜，不要跑江湖。

（司儀叫戒子起立。）
你不要叫他們那麼快，你說得快了，他們站起來站得來不及，會跌倒的。（司儀：是。）你說：起……立……，要慢一點。（司儀：是。）都是一些年紀差不多的，老了，不要叫他們那麼迅速。